

ビッグ・エス岸和田 プログラムタイムスケジュール 2022年 7月

※参加人数によっては、次回スケジュール編成時に、担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます。予めご了承ください。

月曜 [MON]			火曜 [TUE]			木曜 [THU]			金曜 [FRI]			土曜 [SAT]			日曜 [SUN]			
10時	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール	Aスタジオ	メンバープール	スクールプール
10:15						10:00~10:25 幼稚園スイミング ①⑤ (5日,12日,19日)												
10:30																		
10:45	10:40~11:10 トータルボディ メイキング 桶谷 千秋		10:20~11:20 幼稚園スイミング ①⑤ (4日,11日,25日)	10:40~11:10 エアロビクス初級 桶谷 千秋			10:40~11:10 ヨガ MASAYO		10:30~11:30 幼稚園スイミング ①⑤ (14日,21日,28日)	10:40~11:10 ヨガ 岸田 実千代		10:00~11:45 幼稚園スイミング ①⑤ (1日,15日,22日)	10:40~11:10 ZUMBA MARIKO					ジュニア スイミング 10:00~12:00 全コース使用 ①②⑤コース使用
11:15																		
11:30																		
11:45																		
12:00			11:50~12:50 成人スイミング スクール(有料) 宮原(初級) 桶谷(中上級) ③④⑤				11:45~12:45 アンチエイジング トレーニング (有料) 小濱 恵		12:00~13:00 成人スイミング スクール(有料) 柏原(初中級) ⑤	11:45~12:45 ヨガ(有料) MASAYO								12:00~12:30 有料パーソナル レッスン⑤ 柏原 大輝
12:15																		
12:30						12:30~13:30 ベビースイミング ④⑤												
12:45																		
13:00																		
13:15												13:15~13:45 アクアビクス 宮原 敦洋						
13:30																		
13:45																		
14:00	★ 13:40~14:10 タフエアロボード 宮原 敦洋			★ 13:40~14:10 エンジョイジャンプ 宮原 敦洋			14:00~14:30 有料パーソナル レッスン⑤ 柏原 大輝			13:40~14:10 サーキット トレーニング 木崎 みや								
14:15																		
14:30																		
14:45	14:45~15:15 ヨガ 北口 洋代			★ 14:45~15:15 背すじピン! 木崎 みや						★ 14:45~15:15 背すじピン! 藤原 知子								
15:00																		
15:15																		
15:30																		
15:45																		
16:00																		
16:15																		
16:30	16:30~17:30 ジュニア 体育教室			16:30~17:30 チアダンス スクール														
16:45																		
17:00																		
17:15																		
17:30																		
17:45	17:45~18:45 ジュニア 体育教室			17:45~18:45 チアダンス スクール														
18:00																		
18:15																		
18:30																		
18:45																		
19:00																		
19:15																		
19:30																		
19:45																		
20:00																		
20:15																		
20:30	20:10~20:40 adidas boxing 樋口 拓真																	
20:45																		
21:00																		
21:15																		
21:30																		

終日フリー遊泳

終日フリー遊泳

終日フリー遊泳

終日フリー遊泳

終日フリー遊泳

終日フリー遊泳

定員
20名



■ 営業時間 ■

平日 10:00~22:00
土 10:00~21:00
日・祝 10:00~19:00
※アスレチックジムエリア・プールエリアのご利用は営業終了の30分前までとなります

水曜休館日

スタジオ ※感染予防の為、必ずマスクの着用をお願い致します。 ※スタジオプログラムの定員数は38名となります(★印のプログラムは整理券制となり人数制限がございます) ※★印のプログラムにご参加される場合は開始時刻30分前に整理券を配布致します。 ※整理券はご本人のみの利用となり、入場時に回収致します。(紛失の場合はご参加いただけません)

プール ※整理券にお並びの際、私物での場所取りはご遠慮ください。 ※プログラム開始の10分前より入水が可能です。 ※参加時は間隔を空けるため目印に合わせてお並びください。 ※レッスン中は入り口扉は開放した状態で行います。